

REGULAMIN
VII EDYCJI BIEGU SYCOWSKA POGOŃ
Syców, 06 październik 2024 rok

1. CEL IMPREZY:

Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej wśród dzieci, młodzieży i dorosłych. Promocja gminy i miasta Syców.

2. ORGANIZATORZY:

SYCOWSKI KLUB SPORTOWY "POGOŃ".
ul. Kościelna 20; 56-500 Syców

3. BIEG POD PATRONATEM:

Burmistrza Miasta i Gminy Syców

4. TERMIN I MIEJSCE:

06.10 2024 r. - niedziela. Start do biegu głównego - godz. 12.30 – Syców – Park Miejski

5. TRASA I DYSTANS:

Dystans: 10 km i 5 km, rodzaj nawierzchni – asfalt + alejki w parku.

Trasa biegu posiada oficjalny certyfikat Polskiego Związku Lekkiej Atletyki

Start i Meta: Błonie Parku Miejskiego w Sycowie ul. Parkowa

BIURO ZAWODÓW: Błonie Parku Miejskiego w Sycowie

6. WARUNKI UCZESTNICTWA W BIEGU GŁÓWNYM na 10 km i na 5 km oraz w zmaganiach nordic walking.

Uczestnikiem biegu może zostać każda osoba, która do dnia 06.10.2024 r. ukończyła 18 lat życia. Warunkiem udziału w Biegu jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu długim lub własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem do udziału w tym Biegu na własną odpowiedzialność. Osoby, które nie ukończyły 18 lat mogą wziąć udział w Biegu, pod warunkiem posiadania pisemnej zgody rodzica lub opiekuna prawnego.

Wszyscy zawodnicy startujący w „VII BIEGU SYCOWSKA POGOŃ”, muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Zawodnik podczas weryfikacji musi

posiadać dowód tożsamości (dowód osobisty lub prawo jazdy, legitymację szkolną) celem kontroli daty urodzenia.

Wszyscy zawodnicy muszą przestrzegać Regulaminu Biegu oraz przepisów PZLA. Weryfikacja zawodników w Biurze Zawodów w dniu 06.10.2024 r. w godz. 9.15 – 11.45.

7. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA:

A) Zgłoszenia elektroniczne pod następującym adresem:

<http://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=9879>

Link do elektronicznych zapisów aktywny do 02.10.2024 r. Zgłoszenia do Biegu Głównego przyjmowane będą również w dniu zawodów od godz. 9.15 do 11.45 w Biurze Zawodów MIESZCZĄCYM SIĘ NA BŁONIACH Parku Miejskiego w Sycowie. Zawodnicy, którzy zgłoszą się przez Internet i dokonają wpłaty do dnia 02.10.2024 r., na n/w konto - opłata startowego wynosi 80 zł. Wpłata po tym terminie i w dniu startu wynosi 100 zł - w Biurze Zawodów. W ramach wpisowego uczestnik otrzyma: numer startowy, koszulkę, posiłek, napoje i medal pamiątkowy, a także gadżety. Organizator ogranicza liczbę zawodników do 300 osób (zapisanych i opłaconych) i zapewnia dla nich medale. Organizator zastrzega sobie możliwość wprowadzenia czasowych promocji na opłatę startową w celu zachęcenia do uczestnictwa w biegu jak największej ilości zawodników.

B) W zmaganiach Nordic Walking z opłaty są zwolnieni wszyscy mieszkańcy miasta i gminy Syców. Dla uczestników nie mieszkających na terenie miasta i gminy Syców opłata wynosi 30 zł.

Zawodnicy startujący w tej konkurencji otrzymają pamiątkowy medal.

C) Wpłata płatna na konto organizatora nr konta:

**SYCOWSKI KLUB SPORTOWY POGOŃ; UL. KOŚCIELNA 20; 56-500
SYCÓW**

33 8890 0001 0936 2530 2009 0001

Tytuł: Imię Nazwisko **zawodnika, opłata startowa VII bieg SYCOWSKA
POGOŃ**

W Biegach Młodzieżowych „Małych Asów” nie ma opłaty

8. KLASYFIKACJA:

A) W Biegu Głównym na 10 km prowadzone będą klasyfikacje:

- generalna mężczyzn, generalna kobiet;
- w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn:
- **M – 20/** 16 – 29 lat/ **K – 20 /** 16 – 29 lat/
- **M – 30/** 30 – 39 lat/ **K – 30 /** 30 – 39 lat/

- **M – 40/** 40 – 49 lat/ **K – 40 /** 40 – 49 lat/
- **M – 50/** 50 – 59 lat/ **K – 50 /** 50 – 59 lat/
- **M – 60/** 60 – 69 lat/ **K – 60 /** 60 i powyżej
- **M – 70/** 70 i powyżej

B) W Biegu na 5 km prowadzone będą klasyfikacje:
 - generalna mężczyzn, generalna kobiet

C) W zmaganiach Nordic Walking na 5 km klasyfikacja nie będzie prowadzona.

9. Biegi Młodzieżowe „Małych Asów”.

Zgłoszenia elektroniczne pod następującym adresem:

<http://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=9879>

Rejestracja biegów dzieci również w Biurze Zawodów – w godz. 8.45 – 10.15. Dzieci i młodzież startują po kolei według kategorii wiekowych na dystansach od 50 m do 800 m wg ramowego planu, podanego poniżej

9. 45 Bieg na 50 m – dziewczęta rocznik 2017 i młodsze

9. 50 Bieg na 50 m – chłopcy rocznik 2017 i młodszy

9. 55 Bieg na 100 m – dziewczęta rocznik 2016

10. 00 Bieg na 100 m – chłopcy rocznik 2016

10. 05 Bieg na 100 m – dziewczęta rocznik 2015

10. 10 Bieg na 100 m – chłopcy rocznik 2015

10. 15 Bieg na 200 m – dziewczęta rocznik 2014

10. 20 Bieg na 200 m – chłopcy rocznik 2014

10. 25 Bieg na 200 m – dziewczęta rocznik 2013

10. 30 Bieg na 200 m – chłopcy rocznik 2013

10. 35 Bieg na 300 m – dziewczęta rocznik 2012

10. 40 Bieg na 300 m – chłopcy rocznik 2012

10. 45 Bieg na 600 m – dziewczęta rocznik 2011

10. 50 Bieg na 600 m – chłopcy rocznik 2011

10. 55 Bieg na 800 m – dziewczęta rocznik 2010

11. 00 Bieg na 800 m – chłopcy rocznik 2010

11. 05 Bieg na 800 m – dziewczęta rocznik 2009

11. 10 Bieg na 800 m – chłopcy rocznik 2009

Ogłoszenie wyników biegów dzieci i wręczenie dyplomów oraz upominków za pierwsze 3 miejsca w poszczególnych kategoriach odbywać się będzie na bieżąco, po zakończonym biegu w swojej kategorii.

10. NAGRODY:

W „VII BIEGU SYCOWSKA POGOŃ” zawodnicy otrzymują:

a). w klasyfikacjach generalnych Biegu – za miejsca od I – III – puchary i dyplomy oraz nagrody pieniężne w postaci bonów;

b). w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn na 10 km – za miejsca od I – III – puchary i dyplomy oraz nagrody pieniężne w postaci bonów.

Zawodnicy nagrodzeni w klasyfikacji generalnej mężczyzn i generalnej kobiet nie są wyróżniani w kategoriach wiekowych – nagrody przechodzą na kolejnych zawodników.

Ceremonia dekoracji i zakończenie „**VII BIEGU SYCOWSKA POGOŃ**”

11. PRZEPISY KOŃCOWE:

Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas Biegów oraz przy temperaturze zewnętrznej ponad 30 stopni Celsjusza kurtynę wodną na trasie Biegu.

Talon na posiłek - dla wszystkich startujących w Biegu Głównym.

Każdy uczestnik Biegu Głównego otrzyma numer startowy, który musi być przypięty z przodu na piersiach oraz chip do założenia nad stopę na rzep (chip do zwrotu po biegu). Każdego zawodnika obowiązuje estetyczny ubiór sportowy i obuwie sportowe adekwatne do danej dyscypliny sportowej.

Zawodnicy uczestniczą w biegu na własną odpowiedzialność a dzieci za pisemną zgodą rodzica lub opiekuna prawnego.

Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.

Tel. kontaktowy:

Rafał Litwiniak 606984707; mail: rafal.litwiniak@gmail.com

Paweł Jankiewicz 609582623 mail: jankes_10@o2.pl

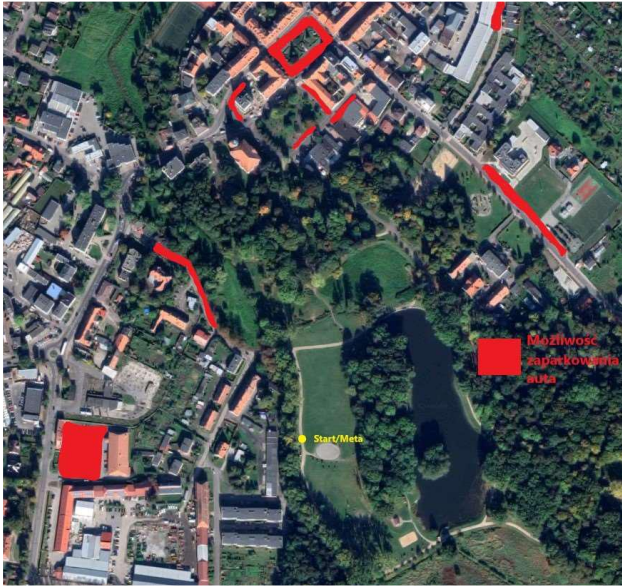
WAŻNE!!!

Na poniższej mapce kolorem czerwonym zaznaczono miejsca, gdzie jest możliwość zaparkowania samochodu. Biuro zawodów znajduje się w Parku Miejskim w strefie rekreacyjnej w bezpośrednim sąsiedztwie Startu/Mety. Jest to zmiana względem lat poprzednich podyktowana remontem centrum miasta.

Parkingi:

1. Parking ul. Kasztanowa – wjazd od Mickiewicza lub Ogrodowej. 650 m. 9 min.
2. Parking ul. Ogrodowa – przy komisariacie policji oraz przy orliku. 500 m. 8 min.
3. Parking ul. Parkowa – wjazd od ul. Wrocławskiej 270 m. 4 min.
4. Parking przy sklepie Netto – ul. Kolejowa 400 m 6 min.
5. Parking pl. Wolności – 700 m. 9 min.
6. Parking ul. Szkolna – 500 m. 6 min
7. Parking ul. Ks.Rudy – 550 m 8 min.

W przypadku zmian w remontach ulic nowe adresy podamy przed biegiem.



Serdecznie zapraszamy